

Stiftä Club

Frühling/Sommer 2018

EINBLICKE IN UNSEREN BERUFSALLTAG – TELEMATIKER/IN EFZ

Weisst du eigentlich, wie viele Lehrberufe die Burkhalter Gruppe schweizweit anbietet? Neben Elektroinstallateur/in oder Montage-Elektriker/in stehen viele weitere abwechslungsreiche Ausbildungen

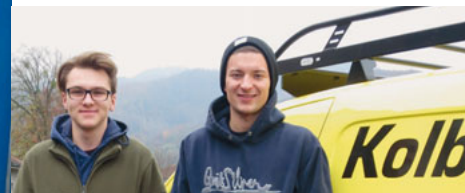
im Bereich Elektrotechnik zur Auswahl. In unserer Rubrik «Berufe in der Burkhalter Gruppe» stellen wir den Beruf Telematiker/in EFZ genauer vor.

Seite 4-5



«CIAO!» – Die neue App der Burkhalter Gruppe

Die App vereint zwei Dienste, die ähnlich wie WhatsApp und Facebook funktionieren. Somit chattest du mit deinen Arbeitskollegen und bleibst dank News-Streams immer «up to date». Seite 16-17



INHALT

	Seite
Handwerkerknigge	2-3
Einblicke Telematiker/in EFZ	4-7
Auslandsaufenthalt in Prag	8-10
Drogenfreie Lehre	11-13
Frauen in Männerberufen	14-15
«Ciao!» App	16-17
Prüfungsangst	18-19



Liebe Lernende

Das Frühjahr ist für die Berufsbildner oder Lehrlingsverantwortlichen in einem Betrieb eine intensive, herausfordernde und spannende Zeit. Die Qualifikationsverfahren (LAP) stehen vor der Tür. Der Schlusspurt einer drei- oder vierjährigen Lehrzeit steht mit dem Ziel an, das eidgenössische Fähigkeitszeugnis zu erlangen. Ein wichtiger Meilenstein im Berufsleben, welcher mit Wille, Einsatz, Freude, Stolz und einem stetigen Interesse am Beruf erreicht werden soll.

Wille

Die Lernenden müssen sich zu Beginn einer Lehre im Klaren sein, dass der gewählte Beruf erlernt werden möchte und nicht erlernt werden muss. Eine Lehre zu absolvieren darf nie ein «müssen» sein. Wer will, erhält auch die nötige Unterstützung aus dem nahen Umfeld.

Einsatz

Es gilt zu versuchen, während der gesamten Lehrzeit einen guten Einsatz zu leisten. Eines ist klar: nicht jede Arbeit ist schön, nicht jede Arbeit gefällt gleich gut. Es gibt während einer Lehre immer «ups and downs». In diesen Phasen ist

es für die eigene Motivation umso wichtiger, positiv zu denken und einen zufriedenstellenden Einsatz zu erbringen.

Freude am Beruf und Berufsstolz

Wer hätte bei sich zu Hause Freude daran, wenn eine Steckdose schräg, ein Kabelkanal mangelhaft oder eine Leuchte nicht fachgerecht installiert wäre? Bereits kleine Details sind entscheidend, um den Kunden zufrieden zu stellen. Werden Freude und Berufsstolz bei der täglichen Arbeit berücksichtigt, sind solche Malheure kein Thema.

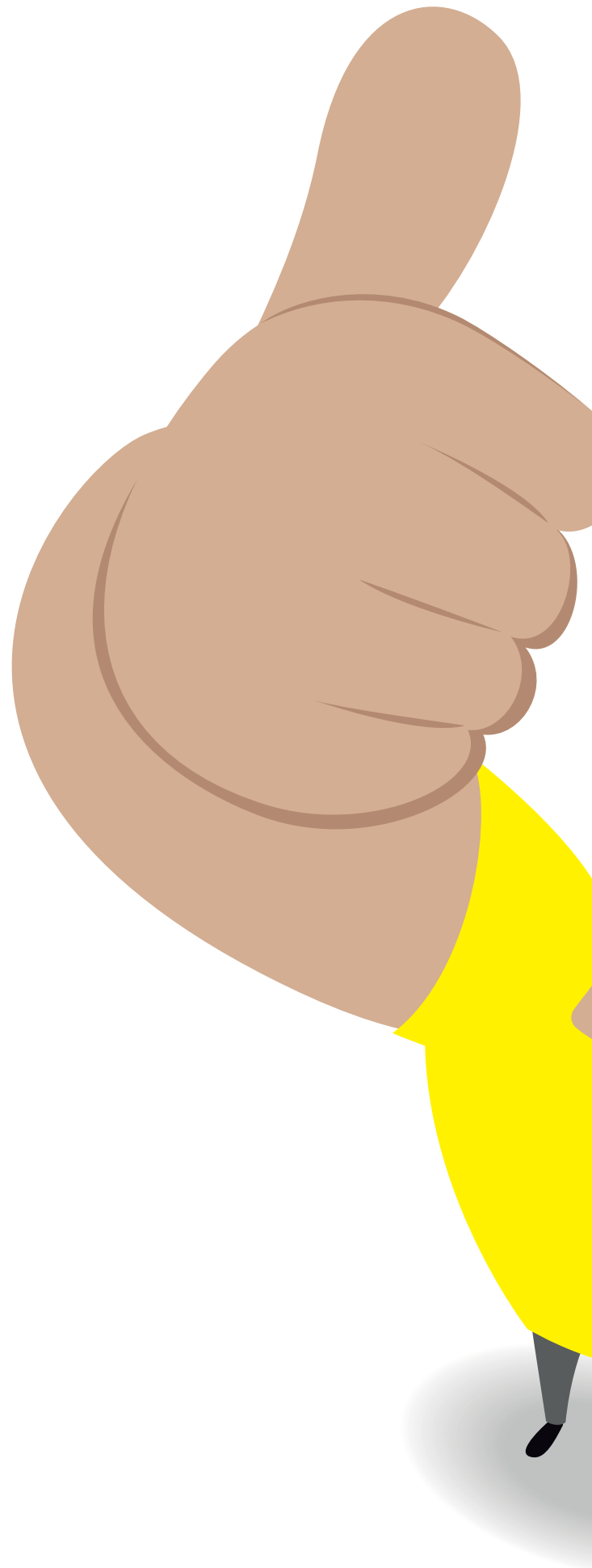
Unter Berücksichtigung dieser Ratschläge werdet ihr einen erfolgreichen Berufsabschluss feiern können. Vergesst nicht: nach bestandener LAP zählt ihr in der Branche bereits zu den begehrten Fachkräften.

Allen Lernenden wünsche ich eine tolle und erfolgreiche Lehrzeit. Geniesst es, ein wichtiger Teil der Burkhalter Gruppe zu sein.

Herzlichst,

Mirco Tuena

Berufsbildner der Burkhalter Technics AG in Zürich



Du als Mitarbeiter oder Mitarbeiterin bist das Aushängeschild deiner Firma und trägst täglich zum Erfolg des Unternehmens bei. Neben deiner fachlichen Kompetenz spielt auch dein Verhalten gegenüber den Kunden eine wichtige Rolle. Daher gilt es, bei einem Kundenbesuch gewisse Regeln zu beachten. Einen Leitfaden findest du hier:

HANDWERKER-KNIGGE – RICHTIGES VERHALTEN BEIM KUNDEN

Vor dem Kundenbesuch

- Ich bereite mich auf den Auftrag vor, dadurch kenne ich meine Kontaktperson, ihr Anliegen und die Vorgeschichte im Zusammenhang mit dem Auftrag.
- Ich habe das richtige Werkzeug und Material dabei.
- Ich trage korrekte und saubere Arbeitskleidung.

Beim Kunden vor Ort

- Ich begrüße den Kunden mit Namen.
- Ich höre aktiv zu, vergewissere mich durch Rückfragen, dass ich das Anliegen richtig verstanden habe und notiere es bei Bedarf.
- Kann ich das Anliegen nicht selbst erledigen, leite ich es an eine kompetente Stelle weiter.
- Ich kläre die Bedürfnisse des Kunden ab und zeige ihm Lösungsmöglichkeiten auf.
- Ich empfehle weitere Dienstleistungen und Produkte, die für meinen Kunden einen Mehrwert darstellen.

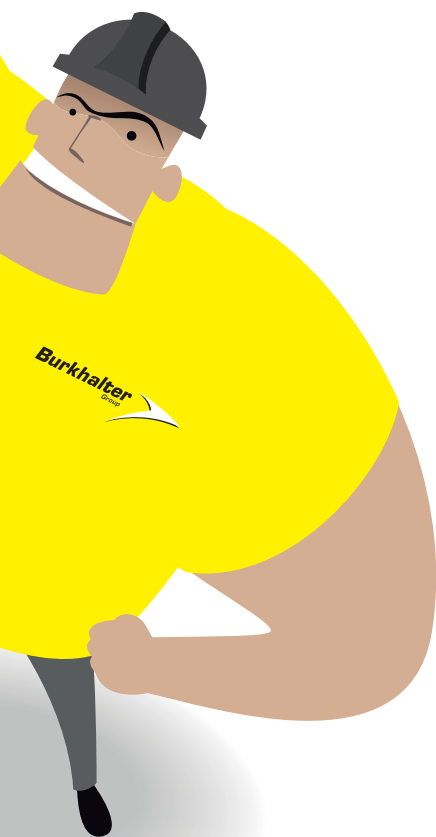
- Ich informiere den Kunden über mein Vorgehen, insbesondere nach einer Störungsbehebung (Ursache und getroffene Massnahmen).
- Ich vermittele dem Kunden durch mein Auftreten und mein Verhalten, dass ich Freude an der Arbeit habe.
- Ich entschuldige mich für mögliche Umstände und handle lösungsorientiert. Bei schwierigen Problemen gebe ich nicht auf. Oft können auch Arbeitskollegen weiterhelfen, Probleme zu lösen.

Nach der Ausführung des Auftrags

- Ich bedanke mich für jedes Feedback, denn es ist immer eine Chance für Verbesserungen.
- Ich vergewissere mich, ob die Erwartungen erfüllt worden sind.
- Ich verabschiede mich vom Kunden mit Namen.
- Ich überrasche den Kunden mit einer unerwarteten Geste, beispielsweise mit einem Rückruf, um mich zu vergewissern, ob sein Anliegen gelöst wurde.

Weitere Tipps für einen erfolgreichen Arbeitsalltag

- Freundlichkeit ist das A und O – in jeder Situation.
- Ich setze mich immer für die beste Lösung ein.
- Ich übernehme Verantwortung.
- Wenn ich mich verspäte, rufe ich an und teile mit, wie lange sich mein Eintreffen verzögern wird.
- Ich vertusche keine Schäden, sie kommen früher oder später sowieso ans Licht.
- Ich halte meine Versprechen und auf mich ist Verlass.
- Ich gebe mein Wissen und meine Erfahrungen an meine Arbeitskollegen und -kolleginnen weiter.
- Ich rede vor dem Kunden nie schlecht über das Unternehmen oder die Mitarbeitenden.
- Ich habe den Mut, Entscheidungen zu treffen und meine Kompetenzen im Sinne der Kunden einzusetzen.





Unterwegs auf der Baustelle:
Roger Bühler begutachtet die Installationen des
Lernenden Dominic Schaller in einem Serverraum.

WEISST DU EIGENTLICH ...

... wie viele Lehrberufe die Burkhalter Gruppe schweizweit anbietet? Neben Elektroinstallateur/in oder Montage-Elektriker/in stehen viele weitere abwechslungsreiche Ausbildungen im Bereich Elektrotechnik zur Auswahl. In unserer Rubrik «Berufe in der Burkhalter Gruppe» stellen wir diese einzeln vor. Diesmal nehmen wir den Beruf Telematiker/in EFZ genauer unter die Lupe. Aktuell kann er bei der Elektro Burkhalter AG, Oberholzer AG, Sedelec SA Lausanne und der K. Schweizer AG erlernt werden. Zurzeit befinden sich sechs Lernende in Ausbildung.

Tätigkeiten von Telematiker/innen

Telematiker/innen EFZ sorgen mit der Installation und Wartung von Anlagen und Netzwerken dafür, dass die weltweite Vernetzung der Informations- und Kommunikationstechnologien einwandfrei funktioniert. Mit ihrem Wissen zu den Einsatzmöglichkeiten von Telematik-Anlagen und Kommunikationssystemen verbinden und konfigurieren sie beispielsweise Telefone und Computer. Installations-, Service- und Wartungsarbeiten führen sie direkt beim Kunden vor Ort in Büros, Sitzungszimmern und Serverräumen aus. Bei Service- und Wartungsarbeiten müssen sie die Anlagen möglichst rasch wieder funktionstauglich machen und oftmals auch Abend- und Wochenendeinsätze leisten.

Facts zum Beruf Telematiker/in EFZ

Dauer der Ausbildung

- 4 Jahre

Anforderungen

- Interesse an Elektronik, Technik und Informatik
- abstrakt-logisches Denken und technisches Verständnis
- geschickte Hände für genaues Arbeiten
- sorgfältige Arbeitsweise
- Teamfähigkeit
- keine Farbsehstörung (Kabelfarben müssen unterschieden werden können)
- gute Umgangsformen (Kundenkontakt)
- Flexibilität (örtlich und zeitlich, wechselnder Arbeitsorte und Zeitdruck)

Schulische Bildung

- 1 Tag pro Woche an der Berufsfachschule, vom 2. bis zum 4. Semester 1 bis 2 Tage pro Woche an der Berufsfachschule

Berufsbezogene Fächer

- Bearbeitungstechnik
- technologische Grundlagen
- technische Dokumentation
- Telematik und Netzwerktechnik
- elektrische Systemtechnik
- übergreifende Bildungsthemen

Überbetriebliche Kurse

- Ja, zu verschiedenen Themen

Weiterbildungsmöglichkeiten

Kurse

- Angebote von Berufsverbänden, Berufsfachschulen und technischen Instituten

Berufsprüfung (BP)

- Telematik-Projektleiter/in mit eidg. Fachausweis
- Elektro-Sicherheitsberater/in mit eidg. Fachausweis
- Elektro-Projektleiter/in mit eidg. Fachausweis

Höhere Fachprüfung (HFP)

- dipl. Telematiker/in
- dipl. Elektroinstallateur/in

Höhere Fachschule

- Bildungsgänge im Fachbereich Technik, z. B. dipl. Techniker/in HF Telekommunikation, dipl. Techniker/in HF Elektrotechnik oder dipl. Techniker/in HF Informatik

Fachhochschule

- Bachelor of Science (FH) in Telekommunikation
- Bachelor of Science (FH) in Elektrotechnik
- Bachelor of Science (FH) in Gebäudetechnik (Studienrichtung Gebäude-Elektro-Engineering)

Quelle: www.berufsberatung.ch

EINBLICKE IN DEN BERUFSALLTAG VON TELEMATIKER/INNEN EFZ

Dominic Schaller ist aktuell in Ausbildung zum Telematiker EFZ und erzählt von seinen Arbeitstätigkeiten bei der Elektro Burkhalter AG.

Dominic, war Telematiker schon immer dein Wunschberuf?

Nur am Computer zu arbeiten konnte ich mir nicht vorstellen. Es stand für mich schon immer fest, dass es eine Ausbildung mit einem elektrotechnischen Hintergrund sein muss. Gleichzeitig suchte ich einen Beruf, wo die Theorie in die Praxis umgesetzt werden kann. Etwas, das mich fordert, verbunden mit Verantwortung und Abwechslung ist genau mein Ding. Durch den Beruf meines Vaters (Informatiker) befasste ich mich schon früh mit Elektrotechnik.

Wie gestaltete sich für dich die Lehrstellensuche im Allgemeinen?

Als es an der Zeit war, mich näher mit der Berufswahl auseinanderzusetzen, wollte ich eine Schnupperlehre absolvieren. Nach dieser war ich überzeugt, dass Telematiker genau die richtige Berufswahl für mich ist. Die Arbeit mit Hightech-Geräten und sich am Puls der Kommunikation zu bewegen ist genau mein Ding. Dann folgte Glück: nach der Schnupperlehre hatte ich einen

Lehrvertrag bei der Elektro Burkhalter AG in der Tasche. Ich freute mich riesig auf den Lehrbeginn, denn mich erwartete eine interessante und spannende Berufsausbildung.

Welches sind deine aktuellen Haupttätigkeiten?

Ich arbeite gerade in einem Neubau. Dort erstellen wir Installationen für Telekommunikationsanlagen. Heisst konkret, Kommunikationskabel in Rohre und Kanäle einziehen und zu einem Netzwerk verbinden. Dies erfolgt mittels Kupferkabel oder schnellen Glasfaserkabeln. Aber auch banale Aufgaben wie das Einrichten von Computer-Arbeitsplätzen mit anschliessender Überprüfung der Anlagen und Leitungen gehören zu meinem Arbeitsalltag. Später in meiner Ausbildung werde ich Kunden auch direkt beraten und ihnen bestmögliche Lösungen offerieren können. Ein weiterer Bereich wird die Gebäudeplanung und das Erstellen von technischen Dokumentation sein. Mein Arbeitsplatz ist vorwiegend beim Kunden, was viel Abwechslung mit sich bringt.

Was machst du am liebsten?

Wenn ich Endgeräte installiere, verbinde und konfiguriere, ist das sehr spannend. Es ist anspruchsvoll und erfordert feines Geschick. Hier kann ich

meine sorgfältige Arbeitsweise optimal einbringen.

Was machst du nicht so gerne?

Etwas weniger anspruchsvoll ist das Einlegen von Kabeln. Aber es ist ein ebenso wichtiger Teil, der dazu gehört.

Was sind deine Hobbys neben der Ausbildung?

Ich geniesse Ausflüge mit der Familie, das Zusammensein mit Freunden und spiele aktiv Fussball.

Hast du ein Lebensmotto?

Leben und leben lassen.

Hast du schon Zukunftspläne?

Mein momentanes Ziel ist eine solide Abschlussprüfung. Dann werde ich eventuell die Berufsmaturität nachholen. Die RS erwartet mich auch noch. Ich werde mir erst nach meiner Ausbildung weitere Berufsschritte überlegen, denn die heutige Welt und die Technologien ändern sich rasant.

Danke Dominic für das Interview. Wir wünschen dir weiterhin viel Freude bei der Ausbildung und wünschen dir alles Gute für deine Zukunft.

+2053 BCE

DOMINIC

Name und Foto: Dominic Schaller

Alter: 18 Jahre

Ausbildungsberuf: Telematiker EFZ im 2. Lehrjahr

Handwritten notes on a white sheet of paper, including a list of IP addresses and other technical data.



AUSLANDSAUFENTHALT IN PRAG

Michael Huber, Lernender Elektroinstallateur EFZ bei der Kolb Elektro AG in Oberriet, hat vom Berufs- und Weiterbildungszentrum Buchs SG das Angebot erhalten, im Rahmen des Leonardo da Vinci-Projekts (LvD) an einem Austauschprogramm teilzunehmen und eine Schule in Prag zu besuchen. Die Highlights finden sich im folgenden Bericht.

Das Leonardo da Vinci-Projekt

Zu Beginn möchte ich das Programm vorstellen, welches es mir überhaupt ermöglicht hat, an diesem Auslandsaufenthalt teilzunehmen. Das Leonardo da Vinci-Projekt ist Teil eines Förderprogramms der Europäischen Union. Es soll dem beruflichen Nachwuchs die Chance zum internationalen Austausch ermöglichen. Dies mit dem Ziel, Sprachkompetenzen zu erwerben, kulturelle Erfahrungen zu fördern und berufsspezifische Fertigkeiten anzuwenden und zu erweitern. Am LdV-Projekt können Auszubildende, Studierende und junge Arbeitnehmer teilnehmen.

Wie kam ich dazu?

Alles begann im dritten Lehrjahr, als unser Lehrer in die Klasse kam und uns von einem Schüleraustausch erzählte. Fünf Personen aus den Abschlussklassen 2018 der Elektroberufe sollten die Chance kriegen, für zwei Wochen nach Prag zu reisen, um dort das Schulwesen kennenzulernen, in einem Betrieb zu arbeiten und natürlich auch die Stadt zu bereisen und zu erkunden. Nach den Winterferien bekamen wir von unserem Hauptberufsschullehrer die Information, dass ich und weitere Mitschüler unserer Klasse am Projekt teilnehmen dürfen. Zudem gab es eine finanzielle Unterstützung von

je CHF 1200 für den Aufenthalt. Zur Auffrischung unserer Fremdsprachenkenntnisse besuchte ich an drei Samstagen einen Englischkurs.

Prag, die goldene Stadt

Da keiner von uns je zuvor in der Tschechischen Republik gewesen war, forschten wir im Internet nach, um uns ein Bild von der Stadt zu machen. Die meisten Sehenswürdigkeiten in Prag sind in der Altstadt zu finden. Uns faszinierte vor allem das historische Flair der Stadt, da die meisten Bauten schon mehrere hundert Jahre alt sind, wie z. B. die Pragerburg, die im 9. Jahrhundert entstanden ist. Die wichtigsten Prager Wahrzeichen sind die Karlsbrücke, die Prager Rathausuhr, die Prager Burg mit dem Veitsdom, der jüdische Friedhof und die John Lennon Wall. Alle haben wir besucht. Der öffentliche Verkehr in Prag ist sehr gut ausgebaut. Die meisten Pendler benutzen die Metro. Da wir die Firma Metrostav besucht haben, welche das U-Bahn-Netz baut, wissen wir, dass es bald eine vierte Linie geben wird. Neben der Metro kann auch auf die Pünktlichkeit und Sauberkeit der Trams und Busse vertraut werden.

Tag 1 «Anreise»

Nach dem Bezug unserer Hotelzimmer suchten wir die Akademie řemesel Praha auf und gingen danach in das Stadtzentrum, um unsere Ankunft zu feiern. Wir amüsierten uns im angeblich grössten Nachtclub von ganz Mitteleuropa, im «Karlovy lázně», in dem wir eine Eis-Bar besuchten. Wände, Tische und sogar die Gläser, alles war aus Eis und im Raum herrschte eine fröstelnde Temperatur von minus 9 Grad Celsius.

Tag 2 «Staatsbegrüssung»

Nach einem ausgewogenen Frühstück in unserem Hotel spazierten wir in die Schule. Dort wurden wir herzlich begrüsst und in einen Saal geführt, in dem der Schuldirektor schon auf uns wartete. Auch die tschechischen Lernenden, die einen Monat später zu uns kommen sollten, sahen wir damals zum ersten Mal. Wir erhielten Infos über das Land, die Stadt und die Schule. Danach besichtigten wir ein paar der wundervollen Sehenswürdigkeiten, die diese Stadt zu bieten hat, wie die Karlsbrücke, die eine der ältesten erhaltenen Steinbrücken Europas ist. Aber auch die Prager Rathausuhr, die auch Aposteluhr oder Altstädter Astronomische Uhr genannt wird. Sie ist ein Meisterwerk gotischer Wissenschaft und Technik.

Tag 3 «Pünktlichkeit»

Eigentlich sollte der Schulunterricht um 8 Uhr beginnen. Weil man es hier mit der Pünktlichkeit nicht so ernst nimmt wie in der Schweiz, startete der Unterricht effektiv erst um 8.30 Uhr. Wir hatten einen praktischen Workshop und mussten auf einem Holzbrett eine Lichtinstallation und eine kleine Unterverteilung verdrahten. Es war eine gemütliche Arbeit und perfekt, um mit den anderen Lernenden ins Gespräch zu kommen.

Tag 4 «Pilsner Urquell»

Auf diesen Tag haben wir uns besonders gefreut. Früh morgens trafen wir uns mit den Lehrern und den Lernenden von Tschechien am Hauptbahnhof von Prag und fuhren in das 90 Minuten entfernte Plzeň, die Heimatstätte vom Pilsner Urquell. Dort hatten wir eine Führung auf Englisch, die sehr interessant war. Nach der grössten Brauerei Tschechiens gingen wir ins Techmania, ein technisches Museum, ähnlich wie das Technorama in der Schweiz. Dort konnten wir auf spielerische Art und Weise Experimente durchführen, Naturphänomene bestaunen und Neues entdecken.

Tag 5 «Arbeitstag»

Der Unterrichtsbeginn war diesmal erst um 9 Uhr, doch wir pünktlichen Schweizer waren schon um 8 Uhr bereit. Es stand ein Büroumbau auf dem Programm. Zuerst mussten wir alle alten Schränke und Tische aus dem Raum tragen und die Steckdosen und Lampen demontieren, die es nicht mehr brauchte. Dann durften wir ganz nach

unserem Geschmack einen Plan zeichnen, wie wir den Raum neu installieren würden und auch schon eine neue Lampe montieren. Dies wurde zu einer wahren Herausforderung, da wir das Anschlusskabel nicht auswechseln konnten, weil in Tschechien das Kabel direkt in die Decke/Wand eingelegt wird und nicht wie bei uns in einem Rohr. Auch die Decke war sehr speziell, weil sie zum Teil aus Holz und Beton bestand. Am Abend tauchten wir wieder einmal in das super Nachtleben von Prag ein.

Tag 6 «Dreierpack»

Zum Mittagessen trafen wir uns mit Tomáš Stöckl, einem Lernenden aus Prag. Er spricht gutes Deutsch, denn er hat drei Jahre in Deutschland gelebt und dort Eishockey gespielt. Wir fragten ihn nochmals über die Schule und den Unterricht aus, da die Lernenden dort zusätzlich zum Elektroinstallateur auch noch Sanitär- und Heizungsinstallateur lernen. Nach dem Essen fuhren wir mit ihm zu der Hochburg Vyšehrad, weil man dort einen schönen Rundgang auf dem Burgwall machen kann und im Inneren ein Oldtimertreffen stattfand.

Tag 7 «getrennte Wege»

Heute teilten wir uns auf. Einige besuchten die Kunstausstellung «Nervous Trees». Andere fuhren zu dem «Grand Canyon» der Tschechischen Republik, um der Natur ein bisschen näher zu sein.





Tag 8 «Spieglein Spieglein an der Wand»

Den ganzen Morgen verbrachten wir mit unserem Büroumbau, da wir die Lampe noch nicht ganz fertig hatten und auch noch einen Brüstungskanal für die Steckdosen montieren mussten. Die tschechischen Lernenden blödelten lieber miteinander, anstatt uns zu helfen. Danach fuhren wir mit der U-Bahn zum Aussichtsturm Petřín (ähnlich wie der Eiffelturm, aber fünfmal kleiner), um diesen zu bewundern. Daneben befand sich auch das Spiegellabyrinth. Beides gefiel uns nicht so besonders.

Tag 9 «Firmenbesichtigung»

Auf dem Tagesprogramm standen eine Firmenbesichtigung und ein Besuch in einem top-modernen Haus. Für uns war nicht alles neu, da wir smarte Häuser in der Schweiz schon kennen. Für die tschechischen Lernenden war es eindrucksvoll, da bei ihnen nur wenige Menschen genügend Geld für eine Gebäudeautomation haben. Am Nachmittag besuchten wir die Firma Brema, die eine von Europas grössten Unternehmen

im Bereich der Schwachstromverteiler-Herstellung ist. Sie zeigten uns Verteiler, die für die U-Bahn von Moskau gebaut werden.

Tag 10 «Metrostav»

An diesem Tag hatten wir eine Führung bei Tschechiens grösstem Bauunternehmen, der Metrostav. Diese Firma hat die Schwerpunkte im Verkehrsbau, aber auch im Tiefbau und in der Industrie. Wir liefen durch die verschiedenen Hallen wie z. B. das Materiallager, eine Werkstatt für die Baumaschinen, eine Lackiererei und eine Fertigungshalle für Metallkonstruktionen.

Tag 11 «Auf Wiedersehen»

Bald war unser Aufenthalt in Prag zu Ende. Wir machten einen Ausflug zu einem Wasserkraftwerk, das während dem 2. Weltkrieg von den Nationalsozialisten gebaut wurde. Früher arbeiteten an diesem Ort bis zu 90 Personen. Heute überwacht und steuert lediglich eine Person die ganze Anlage. Zurück in der Schule angekommen, durften wir in das Schulbuch schreiben und verabschiedeten

uns von den Lernenden. Es war kein Abschied für lange Zeit, da wir sie 14 Tage später wieder in der Schweiz begrüßen durften.

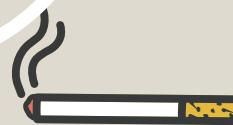
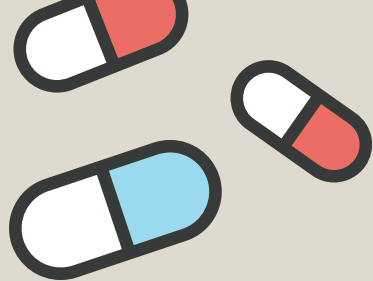
Tag 12 «Rückreise»

In gekränkter Stimmung, weil die meisten von uns gerne noch länger geblieben wären, mussten wir unsere Zimmer räumen und auschecken. Ein Transferbus fuhr uns wieder zum 30 Minuten entfernten Flughafen. Dort assen wir zu Mittag und flogen mit ein bisschen Verspätung nach Hause. Bei der Gepäckannahme sagten wir einander «Auf Wiedersehen» und dann trennten sich unsere Wege.

Ich möchte mich herzlich bei unserem Allgemeinbildungslehrer Daniel Bissegger und dem Förderprogramm Leonardo da Vinci bedanken. Die Möglichkeit, einen Austausch zu erleben, war toll.

Michael Huber

Lernender
Elektroinstallateur EFZ
Kolb Elektro AG in Oberriet



GESUND UND ERFOLGREICH – EINE BERUFSLEHRE OHNE SUCHTMITTEL

Gerade junge Erwachsene, die eine Berufslehre starten, erleben turbulente Zeiten. Dies kann bei ihnen zu Stress, Verunsicherung und Ängsten führen. Es lohnt sich nicht, solche Schwierigkeiten mit dem Konsum von Drogen auszublenden, denn grundsätzlich besteht für jeden das Risiko, in eine Abhängigkeit zu geraten. Umfragen und Studien mit Betroffenen nennen vor allem folgende Gründe für einen Drogenkonsum von Jugendlichen:

- Neugierde bzw. neue Erfahrungen sammeln
- Positive Schilderungen von Freunden
- Vererbung
- Pubertät
- Gruppenzwang bzw. Anpassung an die Gruppe/Aussenseiter
- Angst vor dem Alleinsein
- Flucht vor Alltagsproblemen
- Überforderungen (z. B.: Schulprobleme/Lernschwierigkeiten)
- Passive Freizeitgestaltung (viel Fernsehen, Computerspiele etc.)
- Nachahmung von Älteren (Eltern oder ältere Jugendliche, die beispielsweise Alkohol konsumieren)
- Unsicherheit
- Fehlende Konfliktfähigkeit
- Beziehungsstörung
- Persönliche Schicksale

Du stehst in der Pflicht

Für den Arbeitgeber wird es dann problematisch, wenn die Sucht die Sicherheit am Arbeitsplatz gefährdet. Denn gemäss Unfallversicherungsgesetz (UVG) ist dieser dazu

verpflichtet, zur Verhütung von Berufsunfällen und Berufskrankheiten alle notwendigen Massnahmen zu treffen. Um dies zu gewährleisten, ist die Einnahme von Drogen, Medikamenten und der übermässige Konsum von Alkohol während der Arbeitszeit problematisch.

Die Rechtslage ist klar: «Ein Arbeitnehmer, der berauscht arbeitet und dadurch sich selbst oder andere ernstlich gefährdet, hat seinen Arbeitgeber bei den notwendigen Unfallverhütungsbemühungen nicht unterstützt und verstösst gegen den Artikel 11 der Verordnung über die Unfallverhütung (VUV).» Somit stehst du als Arbeitnehmer in der Pflicht, deinen Arbeitgeber in der Durchführung der Arbeitssicherheitsmassnahmen zu unterstützen und alle Sicherheitsanordnungen zu befolgen.

Bedeutung für den Arbeitgeber

«Ein Arbeitgeber, der einen Mitarbeiter oder eine Mitarbeiterin wissentlich «berauscht» arbeiten lässt, hat nicht alle

notwendigen Unfallverhütungsmassnahmen getroffen und verstösst daher gegen das Unfallversicherungsgesetz (UVG-Artikel 82). Dabei spielt es keine Rolle, ob dieser Zustand durch Alkohol, Haschisch, Medikamente oder andere Drogen verursacht wird.» Bei einem Unfall am Arbeitsplatz durch übermässigen Suchtmittelkonsum stehen daher Arbeitgeber und -nehmer gleichermaßen in der Pflicht.

Wie viel ist zu viel?

Ab welcher Konsummenge ein Problem entsteht, lässt sich nicht genau festlegen. Menschen reagieren unterschiedlich. Sicher ist: Probleme entstehen nicht erst mit einer Abhängigkeit. Zum Beispiel kann ein übermässiger Konsum von Alkohol auch ohne eine bereits vorliegende Abhängigkeit schwere gesundheitliche Schäden verursachen. Bei manchen Substanzen, zum Beispiel bei Heroin oder Kokain, sind unter Umständen schon bei einem einmaligen Konsum schwere Komplikationen möglich.



Substanzkonsum von Arbeitskollegen und -kolleginnen

Es ist nicht immer leicht, einzuschätzen, wie es um den Drogenkonsum einer betroffenen Person wirklich steht. Gehe auf diese Person zu oder sprich mit deinem Chef. Dies ist der hilfreichste und wichtigste Weg, um herauszufinden, was wirklich los ist. Im Gespräch kannst du deine Sorgen und Beobachtungen ausdrücken und dein Gegenüber fragen, wie er oder sie die Situation sieht. Sprich in erster Linie über dich selbst, nicht über dein Gegenüber. Dass du dir Sorgen machst, es dir unangenehm ist oder du verunsichert bist, ist in so einer Situation legitim, es geht letztlich auch um deine Sicherheit.

Definition von Suchtmitteln

- Alkohol
- Tabak
- Cannabis
- Medikamente
- Kokain
- Ecstasy
- Amphetamin
- Opioide
- Halluzinogene
- usw.

Anzeichen für eine Abhängigkeit:

- Starkes Verlangen zu konsumieren
- Den Konsum nicht mehr kontrollieren können
- Steigende Konsummenge (Toleranzbildung)
- Entzugssymptome beim Absetzen oder Reduzieren des Konsums
- Vernachlässigung anderer Interessen
- Weiterkonsum trotz schädlicher Folgen



Diese Anzeichen müssen nicht alle vorhanden sein, damit man von einer Abhängigkeit spricht.

Wenn du von Suchtmitteln abhängig bist und dich diese beeinträchtigen, raten wir dir, externe Hilfe zu holen oder dich an eine Vertrauensperson zu wenden. Letztlich kann aber nur eine Fachperson eine Abhängigkeit mit Sicherheit feststellen oder ausschliessen. Gemeinsam können geeignete Massnahmen getroffen werden, um rasch wieder gesund zu werden.

Alkohol- oder Suchtberatungsstellen gibt es in allen Regionen. Die Fachleute dieser Beratungsstellen unterstehen der Schweigepflicht und die Beratungen sind in der Regel kostenlos. Adressen von regionalen Beratungsstellen finden sich unter www.suchtindex.ch.

Gemeinsam für Gesundheit und Sicherheit

Die Burkhalter Gruppe bietet allen Mitarbeitenden in besonders herausfordernden beruflichen oder persönlichen Situationen die Möglichkeit eines externen Coachings. Das Coaching ist für die Mitarbei-

tenden kostenlos. Die Kontaktaufnahme erfolgt direkt durch den Mitarbeitenden. Weder der Vorgesetzte noch Personalverantwortliche erhalten Informationen darüber, wer mit dem Coach Kontakt aufgenommen hat.

Weitere nützliche Links

- www.suchtschweiz.ch
- www.checken.ch
- www.alcotool.ch
- www.suchtschweiz.ch

Quelle: www.suchtschweiz.ch



Sarah Meier-Bieri

dipl. Business Coach ECA
Coaching & Kommunikation

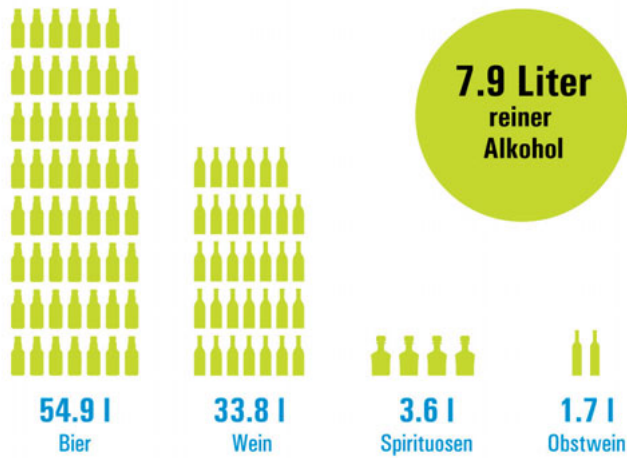
Dorfstrasse 5
6300 Zug
+41 79 272 00 68

sarah@meier-bieri.ch
www.meier-bieri.ch



Jährlicher Pro-Kopf-Konsum in der Wohnbevölkerung (2016)

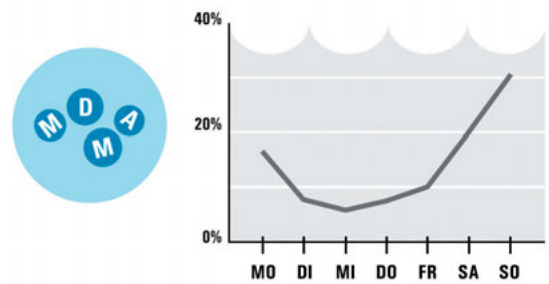
SUCHT | SCHWEIZ



Quelle: EAV, 2017

Verteilung des MDMA-Konsums (Ecstasy) während der Woche basierend auf Abwasserdaten

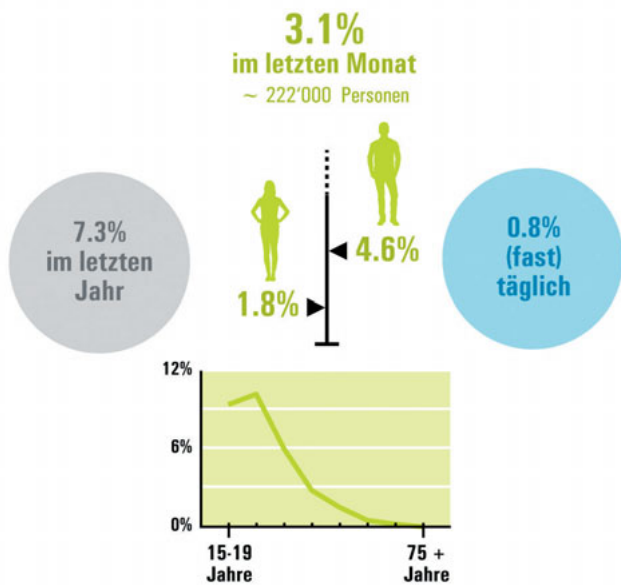
SUCHT | SCHWEIZ



Anmerkungen: Daten liegen aus Basel, Bern, Genf, St. Gallen, Lausanne und Zürich vor und sind gemittelt über die Jahre 2014-2016; Summe über Woche = 100%.
Quelle: SCORE

Cannabiskonsum in der Bevölkerung ab 15 Jahren (2016)

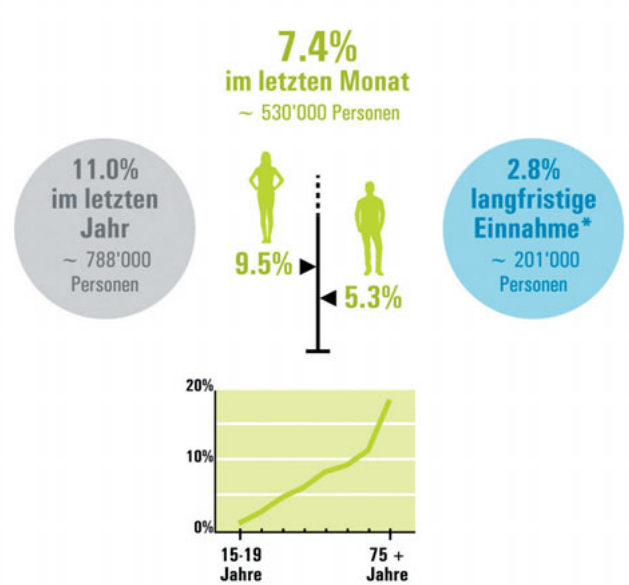
SUCHT | SCHWEIZ



Anmerkung: Der Konsum illegaler Drogen wird in Befragungen möglicherweise unterschätzt.
Quelle: CoRoIAR (Gmel et al., 2017)

Einnahme von Schlaf- oder Beruhigungsmitteln in der Bevölkerung ab 15 Jahren (2016)

SUCHT | SCHWEIZ



* (fast) täglicher Gebrauch während mindestens eines Jahres.
Quelle: CoRoIAR (Gmel et al., 2018)

«FRAUEN SIND GENAUSO GESCHICKT WIE MÄNNER»

Der Fachkräftemangel in der Elektrotechnik-Branche ist ein seit vielen Jahren beklagtes Thema. Geeignete Lernende zu finden ist schwierig, denn die Jugendlichen können aus einer Vielzahl von Lehrberufen wählen. Die Lernenden, die sich für einen Beruf aus der Elektrotechnik interessieren, sind auch heutzutage hauptsächlich männlich. Doch es gibt Ausnahmen: Sarah Matzenauer, 21 Jahre, ist gelernte Detailhandelsfachfrau und macht seit Sommer 2017 eine Lehre als Automatikmonteurin bei der Burkhalter Technics AG in Zürich. Trotz abgeschlossener Berufsausbildung konnte sie sich für eine zweite Lehre begeistern. Warum dem so ist, verrät sie im folgenden Interview:

Sarah, du hast bereits eine Lehre zur Detailhandelsfachfrau abgeschlossen. Warum hast du diese Lehre gemacht und in welcher Branche warst du tätig?

Mir hat die Dienstleistungsorientierung gefallen. Daher wollte ich einen Beruf erlernen, der mit Menschen zu tun hat. Ich schätzte den Kontakt mit den Kunden. Sie zu beraten und am Weg zu einer Kaufentscheidung mit meinen Fachkenntnissen zu begleiten, machte mir Freude. Und weil ich meine Vorliebe fürs Beraten beim Verkauf von Papier, Büro- und Künstlerbedarf voll ausleben konnte, hatte ich mich für eine Lehre in einer Papeterie entschieden.

Und jetzt machst du eine zweite Lehre. Wie kam es dazu?

Ich empfand viele der Kunden im Laufe der Jahre immer unfreundlicher und respektloser. Der Dienstleistungsgedanke qualifizierter Handelsangestellter wurde immer weniger wertgeschätzt, damit hatte ich Mühe.

Wie bist du in dieser Situation ausgerechnet auf die Elektrotechnik bzw. die Automation und die Burkhalter Technics AG gekommen?

Ich hatte die Vorstellung von einer handwerklichen Arbeit, die körperlich nicht allzu schwer ist und bei der ich keinen Kundenkontakt haben muss. Der Beruf

der Detailhandelsfachfrau konnte mir nichts davon bieten und Büroarbeit ist nicht mein Ding. Da mich die Elektrotechnik schon immer interessiert hat, habe ich mich unter den Elektrikern im Raum Zürich nach einer Arbeit umgeschaut, die meine Anforderungen vereint. So bin ich auf den Beruf Automatikmonteur/in EFZ aufmerksam geworden. Bei der gezielten Suche nach einem guten Ausbildungsplatz hat mich die Grösse der Burkhalter Gruppe beeindruckt und nach einem Schnuppertag in Zürich war für mich klar, dass ich diesen Beruf erlernen möchte.

Was kann man sich unter diesem Beruf überhaupt vorstellen?

Automatikmonteure produzieren Schaltgerätekombinationen (Elektroverteilungen). Diese stellen quasi das technische Herzstück eines Gebäudes dar und teilen die Energieversorgung in einzelne Stromkreise, die für die Schaltung entsprechend geschützt werden müssen.

Wie sieht deine tägliche Arbeit aus?

Am Anfang habe ich hauptsächlich kleinere Aufgaben erledigt und dem Team assistiert. Nach zwei, drei Monaten durfte ich selbstständig erste Schalt-schränke mit Überspannungsableitern bestücken und verdrahten. Derzeit mache ich das bei

MSR-Anlagen (Mess-, Steuerungs- und Regelungstechnik) fürs Universitätsspital Zürich. Zudem besuche ich einmal wöchentlich die Berufsschule in Bülach.

Gibt es Arbeiten, die du besonders gerne machst?

Ja, das Verdrahten von Schaltgerätekombinationen gefällt mir gut. Das ist nach einem gegebenen Schema auszuführen und dabei muss ich konzentriert bei der Sache bleiben, damit es schlussendlich funktioniert. Gleichzeitig muss ich effizient sein. Das war anfänglich eine ziemliche Herausforderung.

Welche Erwartungen hast du an diese Ausbildung und welche Zukunftschancen verbindest du damit?

Von mir erwarte ich einen guten Lehrabschluss und von meinem Lehrmeister die nötige Unterstützung. Es gibt einige Weiterbildungs- und Karrierechancen in diesem Beruf. Es ist wichtig, dranzubleiben. Mögliche Optionen für die Zukunft wären z. B. Projektleiterin oder Lehrerin an der Berufsschule.

Leider können sich nur wenige Frauen für elektrotechnische Berufe begeistern. Wie haben deine Familie und deine Freunde auf deine Berufswahl reagiert? Meine Eltern waren total begeistert und haben mich sofort bei

der Umsetzung meiner beruflichen Vorstellungen unterstützt. Mein Freundeskreis war anfangs skeptisch. Da waren Bedenken, ob dieser Beruf wirklich zu mir passt und ob ich dem gewachsen bin. Ich selbst hatte auch Zweifel, aber nur bis zum Schnuppertag.

Wie kommst du als Frau mit den vielen Männern im Unternehmen zurecht?

Sehr gut, ich fühle mich hier willkommen. Viele der Herren sind begeistert, dass eine Frau diese Lehre macht und es freut mich, dass sie mich normal und nicht wie ein rohes Ei behandeln.

Gibt es für dich Arbeiten, bei denen du als Frau Mühe hast?

Beim Tragen der schweren Elektroverteilungen und beim Abisolieren von grossen Querschnitten der Litzen fehlt mir teilweise noch die Kraft.

Du hast bereits einen Lehrabschluss und einige Jahre Arbeitserfahrung. Hast du das Gefühl, dass du deshalb anders behandelt wirst als deine Mitstifte?

Weil ich schon älter bin, wurden mir nach ein paar Monaten bereits andere, verantwortungsvollere Aufgaben zugetraut. Mir war das gar nicht bewusst, aber die Oberstifte haben mich neidlos darauf aufmerksam gemacht (lacht).

Würdest du deinen Lehrberuf auch anderen Frauen empfehlen?

Frauen mit einem grossen Selbstbewusstsein auf jeden Fall. Ohne das ist das Überleben in einem Männerberuf schwierig. Aber wenn Frauen diesen Beruf erlernen wollen, können sie das auch.

Kennst du noch andere Frauen, die eine Elektrolehre absolvieren?

Ich bin die einzige Lernende in der Abteilung Automation, unter den Mitarbeitenden gibt es noch eine Frau. Unter den Lernenden im ersten Lehrjahr bei Burkhalter Technics und in meiner Berufsschulklasse bin ich jedoch die einzige Frau.

Mit welchen hartnäckigen Klischees zum Thema «Frauen in Männerberufen» möchtest du aufräumen?

Mit dem, dass Frauen handwerklich weniger geschickt sind als Männer, z. B. beim Zusammenbauen eines Ikea-Schranks. Ich habe nicht das Gefühl, mich beweisen zu müssen. Spätestens in der Berufsschule ist klar, an wen sich die Jungs wenden, wenn sie den Lernstoff nicht verstehen (lacht).





«CIAO!» – DIE NEUE APP DER BURKHALTER GRUPPE

Chatte mit deinen Arbeitskollegen und bleibe dank News-Streams immer und überall «up to date». Die App «Ciao!» macht es möglich: Sie vereint zwei Dienste, die ähnlich wie WhatsApp und Facebook funktionieren. Ziel der App ist es, dir auf dem Smartphone wichtige Informationen rund um deine Firma und die Burkhalter Gruppe bereitzustellen.

Warum «Ciao!»?

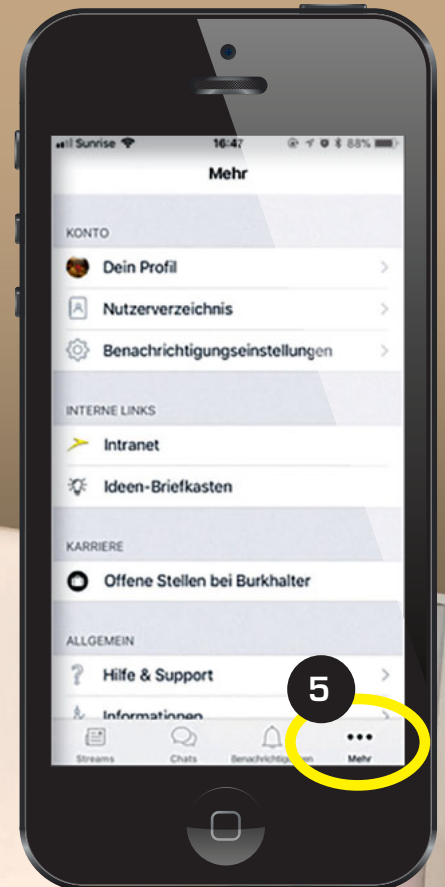
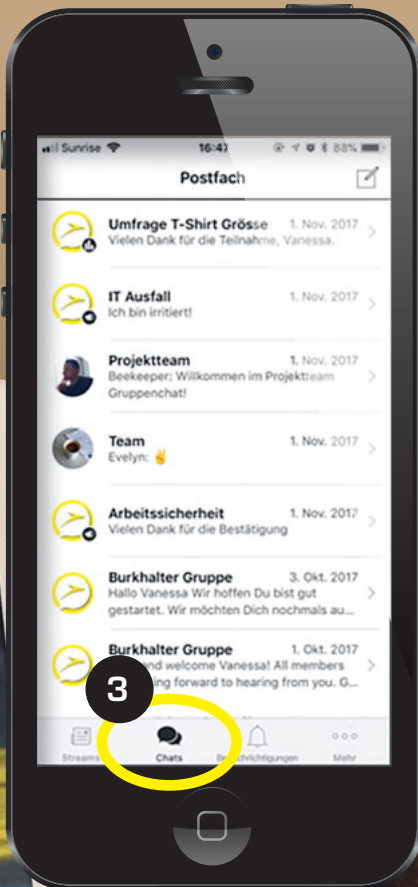
«Ciao!» bietet standardmässig eine Vielzahl an nützlichen Funktionen. Mit der App werden nun auch jene Mitarbeitenden erreicht, die über keinen Computerarbeitsplatz im Unternehmen verfügen. Sie erreicht über Standorte und Abteilungen

hinweg alle Mitarbeitenden gleichzeitig. Zudem ersetzt sie interne Kommunikationskanäle wie Anschlagbretter und verweist auf bestehende Kommunikationsinhalte im Intranet, wie z. B. auf Wochenpläne, Normen oder Auftragslisten.

Schon ausprobiert?

Lade die App noch heute im Google Play Store oder App Store herunter (Suchbegriff: Ciao!).





1 Dank der App bist du mithilfe deines Mobiltelefons immer und überall «up to date».

2 Streams (falls für deine Gruppengesellschaft vorhanden): Alle wichtigen Informationen rund um deine Gruppengesellschaft findest du hier.

3 Chats: Tausche mit Arbeitskollegen private Nachrichten aus oder erstelle eigene Gruppenchats.

4 Benachrichtigungen: Alle Benachrichtigungen der App sind hier zusammengefasst.

5 Mehr: Hier findest du alle wichtigen Informationen zu deinem Profil und kannst bei Bedarf die Benachrichtigungseinstellungen ändern.

ERSTE HILFE GEGEN PRÜFUNGSANGST

Kalter Schweiß, flauer Magen, rasendes Herz. Ein Blitzlichtgewitter tobt im Kopf, die Haut wird schweissnass, ein Gedanke jagt den nächsten, Hitzewallungen überkommen den Körper. Der Körper empfängt nur ein Signal: Panik! Wer an Prüfungsangst leidet, kennt diesen Zustand. Negative Impulse, die auf dem Weg zur Prüfung aufkommen, sind eigentlich fehlgeleitete Instinkte. Wenn Gefahr droht, schlägt der Körper Alarm. Im Grunde sind das Signale, die zur Flucht aufrufen. Was in der Steinzeit Leben rettete, steht dem modernen Menschen im Weg.





Wenn Angst dein ständiger Begleiter ist und dich belastet, solltest du unbedingt darüber sprechen. Prüfungsangst lässt sich in der Regel gut behandeln. In leichten Fällen führen Aufklärung, Patientenratgeber und Selbsthilfegruppen bereits zum Therapieziel.

Unsere nützlichen Tipps, um Prüfungsängste zu überwinden:

Richtig gelernt ist halb bestanden

Idealerweise bist du gut vorbereitet. Wenn nicht, beruhige dich so: Es geht bei Prüfungen nie um Leben und Tod. Das Schlimmste, was passieren kann, ist eine schlechte Note zu bekommen oder durchzufallen.

Locker bleiben

Mindestens 24 Stunden vor der Prüfung solltest du nicht mehr lernen. Tu, was dir Spass macht. Auch Freizeitaktivitäten gehören in die Planung. Hauptsache, es führt nicht zu einem Kater oder zu Erschöpfung.

Keine Aufputschmittel

Vermeide am Tag der Prüfung Aufputschmittel wie Kaffee, Energydrinks etc. Sie steigern die Nervosität. Leichte sportliche Betätigung, Spaziergänge oder Entspannungsübungen sind dagegen empfehlenswert.

Cool bleiben vor dem Startschuss

Denke Positiv! Lass dich nicht von der Nervosität der anderen

anstecken. Bleib lieber alleine an einem ruhigen Ort und fokussiere dich auf die Prüfung.

Ordnung ist die halbe Miete

Chaos auf dem Tisch bedeutet Chaos im Kopf: zum Lernen einen Arbeitsplatz einrichten und darauf achten, dass er aufgeräumt ist.

Methodik während der Prüfung

Spring nicht von Aufgabe zu Aufgabe. Zwing dich, alles langsam durchzulesen und mach dabei Notizen. Dann beginnst du mit der Aufgabe, die dir am einfachsten erscheint.

Blackout?

Beschäftige deinen Geist kurz mit einer ganz anderen Aufgabe, zum Beispiel indem du das ABC rückwärts aufschreibst. In einer mündlichen Prüfung erwähnst du das Blackout und bittest darum, die Frage zurückstellen zu dürfen.

Hier findest du weitere nützliche Tipps zum Thema Prüfungsangst:

- Nationale Anlaufstelle Angst- und Panikhilfe Schweiz www.aphs.ch
- Schweizerische Gesellschaft für Angst und Depression www.swiss-anxiety.ch

Quelle: www.beobachter.ch

**STARTE MIT UNS
IN DEINE ZUKUNFT!**

**MEINE
ELEKTRO
LEHRE
.CH**



Jedes Jahr bietet die Burkhalter Gruppe rund 150 Lehrstellen in allen Bereichen der Elektrotechnik an. Damit wir diese besetzen können, brauchen wir deine Hilfe. Motiviere deine Freunde, Verwandten und Bekannten, sich auf eine freie Lehrstelle in einer unserer Gruppengesellschaften zu bewerben.

Mehr Informationen: www.meineelektrolehre.ch

IMPRESSUM

Herausgeber:
Burkhalter Management AG
Hohlstrasse 475, 8048 Zürich
Telefon +41 44 432 47 77

Redaktion: Team Kommunikation
Gestaltung: HI Schweiz AG,
Altdorf, Luzern, Zürich
Druck: Galledia AG, 9230 Flawil

Auflage: 1600 (1300 d/300 f)
Beiträge an: v.blouri@burkhalter.ch